

Sus libros han sido traducidos a más de 15 idiomas y se han vendido más de 10 millones de ejemplares, permaneciendo en la lista de los *bestsellers* de *The New York Times* por más de 186 semanas consecutivas.

NORMAN VINCENT PEALE



OPTIMISTA POR EXCELENCIA

Claves para sobreponerte al mundo negativo de hoy

TALLER DEL EXITO

**OPTIMISTA POR
EXCELENCIA**

Sus libros han sido traducidos a más de 15 idiomas y se han vendido más de 10 millones de ejemplares, permaneciendo en la lista de los bestsellers de The New York Times por más de 186 semanas consecutivas.

NORMAN VINCENT PEALE



OPTIMISTA POR EXCELENCIA

Claves para sobreponerte al mundo negativo de hoy

TALLER DEL ÉXITO

EL OPTIMISTA POR EXCELENCIA

Copyright © 2018 - Taller del Éxito - Norman Vincent Peale

Copyright © 2018 Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, distribuida o transmitida por ninguna forma o medio, incluyendo: fotocopiado, grabación o cualquier otro método electrónico o mecánico, sin la autorización previa por escrito del autor o editor, excepto en el caso de breves reseñas utilizadas en críticas literarias y ciertos usos no comerciales dispuestos por la Ley de Derechos de Autor.

Exclusión de responsabilidad y garantía: esta publicación ha sido diseñada para suministrar información fidedigna y exacta con respecto al tema a tratar. Se vende bajo el entendimiento de que el editor no participa en suministrar asistencia legal, contable o de cualquier otra índole. Si se requiere consejería legal u otro tipo de asistencia, deberán contratarse los servicios competentes de un profesional.

Publicado por:
Taller del Éxito, Inc.
1669 N.W. 144 Terrace, Suite 210
Sunrise, Florida 33323
Estados Unidos
www.tallerdelexito.com

Editorial dedicada a la difusión de libros y audiolibros de desarrollo y crecimiento personal, liderazgo y motivación.

Corrección de estilo: Nancy Camargo
Diagramación: Carla Bórquez Carrillo
Diseño de carátula: Diego Cruz

ISBN: 9781607384885

Printed in Mexico
Impreso en México

18 19 20 21 22 ❖|MF 05 04 03 02 01

Contenido

Unas palabras para el lector..... 11

UNO

Procura tener lo que se necesita 15

DOS

Nunca le temas a nadie, ni a nada.....39

TRES

*Cómo manejar las situaciones y manejarte
a ti mismo cuando te enojas..... 65*

CUATRO

*Siente agrado por ti mismo; al menos, la mayor
parte del tiempo..... 89*

CINCO

Prospera y disfruta la vida 113

SEIS

*Haz que la magia del entusiasmo siga trabajando
a tu favor 135*

SIETE

*Siéntete saludable sin tener que depender
de medicamentos..... 157*

OCHO

*Enfrenta los problemas con esperanza
y manéjalos con creatividad..... 187*

NUEVE

Ora a medida que avanzas en la dificultad.....209

DIEZ

¿Cómo triunfar y ser feliz, y qué hay de malo en eso?233

ONCE

El optimista empedernido mira a la Iglesia259

*Dedicado con mucho afecto a los miembros de
la Iglesia Marble Collegiate, en la ciudad de
Nueva York, cuya leal amistad ha significado
más de lo que jamás podría expresar.*

—Norman Vincent Peale



Unas palabras para el lector

Si quieres vivir en este mundo cruel y aun así tener algo de fe y optimismo reales, este libro es para ti.

Eres un optimista empedernido cuando tienes lo que se necesita para enfrentar con creatividad la fría realidad de la existencia humana y aun así sigues creyendo que tendrás buenos resultados. En nuestro libro, esa es una característica de alta calidad en cualquier persona.

“Empedernido” es toda una palabra en sí misma. Y no significa fanfarronería, ni desprecio, ni ser duro de carácter, ni un matón. Mira la definición en el diccionario de español, es toda una obra maestra:

Empedernido: obstinado, tenaz, que tiene un vicio o una costumbre muy arraigados.

Ser resiliente ante la aplicación de fuerza y no romperse, tener buena textura sustancial en la personalidad: eso es ser empedernido en su máxima expresión.

Entenderlo de esta forma depende en gran parte de tu manera de pensar, ya sea débil o fuerte, tímida o audaz, vacilante o franca; el hecho es que, como quiera que sea, añádele una actitud empedernida a tu manera de pensar y obtendrás una mezcla especial, muy especial. Cuando eres empedernido en tu manera de pensar,

sabes soportar tensión sin quebrantarte. Esto último es muy importante, porque si tus pensamientos se quebrantan, sin duda, tú también te quebrantarás.

Pero no es suficiente con mantenerte firme y limitarte a mantener tu posición. El psiquiatra que afirmó que “el principal deber del hombre es soportar la vida” solo relató la mitad de la historia, y la mitad más desafortunada. Atacar, superar, triunfar y avanzar es la mejor mitad. Así que a la fórmula de “mente empedernida” le añadimos la alegre palabra optimista. De nuevo, aquí tenemos un término que ha asumido una connotación inadecuada, porque no es una descripción del súperanimado, el ultra brillante y casual. Más bien, consiste en ver lo peor con absoluta realidad, pero aun así seguir creyendo en lo mejor. Una vez más, veamos la definición en el diccionario:

Optimismo: doctrina que indica que los beneficios de la vida superan el dolor y el mal de la misma; que la vida es preponderantemente buena. La inclinación a poner la construcción más favorable sobre las acciones y los sucesos, minimizar aspectos adversos, condiciones y posibilidades o anticipar el mejor resultado posible; un temperamento alegre y lleno de esperanza.

De modo que un “optimista empedernido” es alguien que no se desmorona en sus pensamientos a pesar del estrés que soporta y continúa con esperanza y alegría, esperando lo mejor, sin importar cómo se vea la situación. Quizá la señora Alan Shepard, esposa del primer astronauta estadounidense, expresó esta filosofía bastante bien al describir la actitud que tuvo cuando su esposo hizo su salto al espacio: “Creo en el poder del bien y de Dios. Sentía que la bondad me rodeaba y sabía que Alan estaba en el lugar correcto y en las manos de Dios. Yo dormía bien...”.

Otra ilustración del optimista empedernido la da Alan Moorhead en su fascinante libro sobre África, *El Nilo blanco*. Él describe

a David Livingstone, aquel famoso explorador y misionero, en un inolvidable personaje. “Tenía esa cualidad que los árabes describen como *baraka*. En las circunstancias más improbables, tenía el poder de mejorar la vida y hacerla ver mejor de lo que era antes. Su sola presencia parece haberles conferido una bendición a todos los que lo conocieron”.

Considera el rollo de los problemas de la vida: enfermedad, dolor, peligro, temor, odio, prejuicio, guerra y más. Hay un tipo de persona que tiene lo que se necesita; es aquel que, con la ayuda de Dios, iguala a cualquiera o a todos los que lo rodean: el optimista empedernido.

—Norman Vincent Peale



UNO

Procura tener lo que se necesita

Enfrentémoslo, para vivir en este mundo en particular tienes que ser fuerte. Sin fuerza, terminarás aplastado o al menos estropeado. Si esta afirmación te parece un poco sombría, recuerda todas las cosas que le suceden al ser humano: dolor, enfermedad, frustración, accidentes, decepción, fracasos, juegos dobles, por nombrar unos pocos.

Una cualidad que todos debemos aprender a desarrollar es la de tener lo que se necesita para enfrentar todo tipo de inconvenientes. Si no has tenido que enfrentarlos, en algún momento te tocará. Si no desarrollas algo de verdadera resistencia interna, cualquier eventualidad te golpeará y te sacudirá. Así que démosle una mirada a las fuentes de fuerza que tú y yo necesitamos.

Lo primero es desarrollar tenacidad interior. Para tener la mentalidad de optimista empedernido, esta es una cualidad prioritaria. De hecho, en este mundo hay dos clases de mentalidad: la débil y la fuerte. Quienes tienen mentalidad débil no saben soportar adversidades, ni críticas, pues estas los reducen con rapidez. Los hieren y lastiman mucho. Los problemas y los obstáculos los espantan. La adversidad y la oposición los abruma. ¡Estos son los pobres miserables de mente débil!

Pero también están los de mentalidad fuerte. Al igual que cualquier otra persona, a ellos tampoco les gusta la crítica, pero saben cómo recibirla y manejarla. Con cuidado, ellos extraen de las críticas todos los conocimientos que estas contienen y se deshacen de lo que no les sirve.

Los problemas y los obstáculos solo sirven para desafiarlos y no les avergüenza la adversidad, ni la oposición. Las impresionantes e inspiradoras personas con mentalidad fuerte son todas unos personajes. Se han fortalecido en el interior. Tienen lo que se necesita.

Mira muy al fondo de tu interior y en tu personalidad encontrarás cierta fortaleza que el Creador puso dentro de ti cuando te creó. Él sabía muy bien lo que ibas a enfrentar en esta vida y te hizo igual a eso, a todo eso. De hecho, eres más fuerte de lo que crees. Si no has ejercitado tus “músculos” espirituales, por naturaleza, si no se usan, se ablandan, como cualquier músculo. A medida que reactivas tu fortaleza básica mediante el uso, esta se desarrollará y se fortalecerá aún más.

He escuchado que Frank Leahy, quien fue entrenador en Notre Dame y creador de varios equipos estelares de fútbol americano, escribió un letrero con letras gigantes en los vestidores. Era lo último que veían los jugadores al salir al campo de juego. Decía: “Cuando la marcha se haga difícil, deja que la dificultad se marche”. Escribe ese pensamiento con letras grandes en tu conciencia y, sin duda, la fortaleza que hay en ti empezará a fluir y seguirá haciéndolo cuando las circunstancias se hagan difíciles.

Quizás el mundo fue hecho como es, lleno de problemas y dificultades, para hacer que esta cualidad de la fortaleza surgiera en nosotros, los seres humanos. ¿Qué intenta hacer el Dios Todopoderoso con nosotros? Debe haber algún propósito; de lo contrario, entonces la vida sería un gran chiste sombrío y nada divertido. Me pregunto si su propósito no es hacer personas fuertes y controladas, que sepan enfrentar la vida en la Tierra de tan buena manera, que merezcan la vida eterna.

Si ese no es su propósito, ¿por qué, entonces nos creó a su imagen? Sin duda, lo hizo con la expectativa de que, al final, lográramos ser como Él. Esto, además de ser bondadosos y amorosos, también significa ser fuertes, verdaderamente fuertes.

Una forma de cultivar tu cualidad potencial de resistencia interior es aferrándote a una imagen mental en la que te visualizas poseyéndola. Practica “verte” a ti mismo, no como alguien débil, indeciso y vacilante, sino fuerte, controlado y con propósito. Recuerda que tiendes a convertirte en aquello que visualizas.

Para ayudarte a visualizarte en términos de este fuerte patrón mental, sugiero el uso diario de la siguiente afirmación: “Dios me hizo fuerte. Me veo como lo que en realidad soy: fuerte. Con la ayuda de Dios, no soy débil; soy fuerte. Tengo lo que se necesita. Gracias Dios por mi fuerza”.

Sigue diciendo esto, creyéndolo. Sigue practicándolo también y, en su debido momento, tu mente consciente aceptará como una realidad lo que estás afirmando. La fuerza que se irá estableciendo firmemente en tu subconsciente se convertirá en la característica determinante de tu personalidad. Porque tú eres lo que tu mente subconsciente realmente piensa que eres.

Una mujer normal, de mediana edad, vino a mí para una consulta. Su esposo permaneció fuera de mi oficina, porque ella quería hablar a solas conmigo.

“Nuestro hijo de 17 años fue arrestado por el robo de un automóvil”, explicó ella, “y también está en otros problemas. Yo conozco los hechos, pero su padre todavía no. He tenido miedo de decírselo. Verá, él no sabe tomar cosas como esta tan bien como yo, así que he tenido que enfrentarlo todo yo sola. Quiero que me ayude con mi esposo para que esta situación no lo destruya”.

No pude evitar admirar a esta fuerte mujer. Quizás había consentido demasiado a su esposo haciendo que él, de hecho, fuera

algo así como un bebé mayor al cual satisfacer, basada en algún profundo instinto maternal. Lo cierto es que, sin duda, ella tenía lo que se necesitaba para enfrentar un problema familiar bastante difícil. Con admiración, le pregunté: ‘¿De dónde obtiene su fuerza?’. Usted es todo un personaje”.

“Bueno”, respondió, “somos personas pobres. Hemos tenido que luchar y ser austeros. Parece que todo siempre lo hemos obtenido con dificultad. Nos ha ido bien, pero nunca hemos tenido mucho; y en mi niñez, fui criada en un hogar similar”. Su pequeño relato, sin ninguna muestra de queja o amargura, me impresionó. Luego, continuó: “No tardé en darme cuenta de que Jack (su esposo) era un hombre muy agradable, pero sin muchas habilidades, ni ambiciones. Así que me hice cargo de la familia. Tuve que ser fuerte y, con la ayuda de Dios, he vivido fortalecida. Solo tomé la decisión de ser fuerte, y eso es todo”.

Bueno, eso puede ser todo, pero créeme, eso es bastante. Sin duda, ella era una optimista empedernida. Ten claro esto: la verdadera fuerza está en ti, lo sepas o no. Es más, en tu interior tienes toda la fuerza que necesitarás para manejar todo lo que debas enfrentar.

Cuando este concepto fundamental de fuerza inherente está firmemente arraigado en tu patrón de pensamientos, tienes la capacidad para enfrentar cualquier circunstancia sin desmoronarte y sin importar lo difícil o crítica que esta sea. Y cuando en el fondo de tu mente sabes que tienes lo que se necesita, no estás tan nervioso, tenso o temeroso respecto a afrontar asuntos difíciles. Por el contrario, tienes una tranquila y firme sensación de capacidad y padeces de muchas menos dudas con respecto a tu habilidad para enfrentar situaciones complicadas.

He visto cómo esta fortaleza se desarrolla en algunas personas derrotadas, así que sé lo que nuestro método para desarrollar fuerza puede lograr. Tomemos, por ejemplo, este difícil caso.

Una mañana, temprano, entré al café del hotel en una gran ciudad. Al mirar por todas partes, vi a un hombre sentado a solas en una esquina y observé que tenía su cabeza inclinada sobre sus manos; además, sus codos descansaban sobre la mesa. Su imagen daba la impresión de ansiedad y cansancio; pensé que quizás estaba orando. Luego, me ocupé con mi desayuno y me absorbió la lectura del periódico de esa mañana, así que no volví a pensar en él.

Poco después, escuché mi nombre y, al levantar la mirada, vi al mismo hombre de pie ante mí con una mirada de sorpresa. “¡Me va a maldecir!”, dijo.

“¿Cómo puede ser eso?” Pregunté. “¿Por qué está pidiendo que lo maldigan?”.

Se tiró al asiento que estaba a mi lado y dijo: “Quizá las oraciones sí son respondidas. Estoy pasando por un momento muy difícil y estaba sentado allá, tratando de comer algo de desayuno y con el deseo de decirles a todos que se vayan al i____. Luego, pensé en orar. Yo sí oro... algunas veces. Así que dije: ‘Dios, ayúdame’. Por favor envíame algo de ayuda y hazlo pronto’. No sé qué lo trajo a usted acá, pero sé algo: usted es la respuesta a esta oración que acabo de hacer”.

“Bueno, seamos directos”, respondí, “sin duda creo en la dirección de Dios, y si Dios quiere usarme para ayudarlo, tenga por seguro que lo haré con gusto. Pero, por favor, no piense que hago milagros”. Accedí a encontrarme con él más tarde ese mismo día para conocer sus problemas y ver qué hacer para ayudarlo.

“No puedo soportarlo todo yo solo”, dijo desesperado cuando nos encontramos durante una hora a las 5:00 de la tarde. “Es demasiado. De hecho, siento que voy a explotar. No puedo soportar la situación, eso es todo. Estoy que me reviento bajo esta tensión. No vale la pena. Sencillamente, no la vale”. Se dejó caer sobre una silla, lanzó el directorio telefónico contra la pared y de nuevo insistió con vehemencia en mandar todo al lugar caliente que hay debajo de la tierra.

“Prosiga”, le dije. “Dígamelo todo y enviaré a traer más directores telefónicos para que se los lance a esa pared, si así lo desea”.

El pobre hombre sonrió y se calmó un poco, pero era evidente que estaba en un gran conflicto y muy nervioso. A medida que hablaba, vi que estaba lleno de culpa y frustración. “Verá”, continuó, “he tenido esta gran ambición toda mi vida, una urgencia por ir a lugares donde pueda ser el mejor de todos. ¿A dónde llegué con eso? Seguro, he ganado dinero, pero en su terminología religiosa, ‘he perdido mi alma’. Sí, eso es. He perdido mi alma. Eso es exactamente.

Fui un chico pobre de la zona pobre de la ciudad. Solía ver a los pomposos banqueros, abogados y comerciantes conduciendo sus grandes autos y pasando tiempo en el club campestre. Los odiaba y, aunque no lo crea, todavía los odio... esos pesados idiotas. Pero a pesar de eso, quería unirme a ellos, tener lo que ellos tenían... autos, membresías a clubes y todas esas cosas. De hecho, quería ser un pez gordo como ellos... un pesado, pomposo pez gordo como ellos. Así que comencé a hacer todas las bajezas que algunos de ellos hacen, y créame que hablo en serio cuando digo bajezas.

Y ya estoy hastiado. Estoy harto de todo”.

Vaya historia la que descargó, y descargar es la palabra. Puse mis pies en el umbral de la ventana y escuché, presté atención a la dura realidad de los suburbios, en un estilo que superaba con creces la habilidad descriptiva de nuestros desagradables novelistas. Sin duda, ellos no estuvieron allá con esos extremadamente desagradables habitantes del barrio de los peces gordos.

“¡Vaya! usted debió ser escritor. Podría empuñar una audaz pluma, y no estoy hablando de una remota posibilidad”.

Sin percibirlo, yo estaba adoptando su propio estilo picante. Era obvio que algo atormentaba a aquel hombre y que, fuera lo

que fuera, iba más allá del hastío. De hecho, estaba desnudando su alma. Y eso siempre es impresionante.

Cuando tratas con un hombre rudo, de puños cerrados, no le das respuestas suaves, insípidas y carentes de energía. Esa franqueza y honestidad necesitan respuestas que estén a su altura. Pude haber sugerido que buscara a un consejero. Sin duda, algo de terapia le habría podido servir, y después se lo mencioné. Pero en ese momento, él necesitaba la aplicación directa de una fuerza sanadora que no era complicada, una que tenía un filo lo suficientemente poderoso para penetrar la maza de podredumbre de la que él estaba lleno. Así que, en su propio idioma, le di “obras espirituales”.

Más evidencias de que la dirección de Dios estaba obrando en este caso parecían pura coincidencia. De repente, la melodía de himnos tocados con campanas de carillón entró por la ventana abierta y, a medida que oscurecía, una gigantesca cruz iluminada se destacó sobre el cielo nocturno.

“¿Conoce usted algo de teología?”, le pregunté.

“¿Teología?”, repitió desconcertado.

Señalé la cruz en la cima de un edificio de oficinas donde también funcionaba una iglesia, a 25 pisos sobre la calle. “La cruz está en el centro de la teología. En ella, el Salvador murió una vez para mostrar que Dios se ocupa de nosotros y que nos ama. No pretendo entender lo que sucede, pero he visto que cuando personas como usted o como yo miramos a esa cruz y al Hombre que murió en ella, y creemos que ÉL murió por nosotros, y con humildad deseamos, pedimos y estamos dispuestos a recibir la salvación... la recibimos”. Le presté mucha atención a aquel hombre, sabiendo que él nunca antes había escuchado algo así, porque me había dicho que, cuando estuvo yendo a la iglesia, fue a una del tipo muy agradable y delicada para la mente. Ese tipo de religión escabrosa y adaptada al tamaño del hombre fue toda una novedad

para él, pero era obvio que, en ese momento, mis palabras lo habían atraído.

“Solo Cristo Jesús tiene el poder para limpiarlo de todos los patrones de odio, codicia, sexo y alcohol, así como de la insatisfacción con la vida en general. Y Él lo hará, si usted tiene las agallas para acercarse a Él y le pide que lo limpie. Así que arrodílese ahí ante la ventana, mire a la cruz y dígame al Señor que lamenta toda la podredumbre que hay en su interior”. Debo admitir que esto fue muy duro y que yo solo adoptaría esa táctica con ciertas personas. Este amigo era todo un hombre rudo y recibió un tratamiento acorde.

Lo juzgué bien, porque aceptó mi sugerencia. De hecho, lo hizo todo al pie de la letra, lo cual, sin duda, explica por qué obtuvo resultados. Se puso de rodillas y oró de la siguiente forma (es claro que no tomé nota de su oración palabra por palabra, pero me impresionó tanto, que lo siguiente es casi textual; fue toda una oración, créeme).

“Señor soy una sabandija, pero Tú lo sabes sin necesidad de que yo te lo diga. Soy de lo peor, como no ha habido otro, y si comenzara a decirte toda la maldad que he cometido, no tendrías tiempo para escuchar a otra persona, porque estarías muy ocupado conmigo. Además, de todas formas, sabes todo acerca de mí, entonces ¿cómo podría engañarte?

Pero créeme, Dios, no quiero hacerlo. Estoy hastiado de mi terrible manera de vivir, pensar y actuar, no quiero ser más así. Esta es la verdad, Dios. Debo admitir que, incluso mientras hablo, guardo ciertas reservas, pero, por favor, no dejes que sea un farsante. Ayúdame a ser limpio, como dice el Dr. Peale.

No puedo hacer nada por mí mismo, así que me pongo por completo en Tus manos. Deja que tu sangre, que derramaste en la cruz, caiga sobre mí ahora. Solo necesito que me transformes”.

Nunca escuché algo como lo que este hombre oró cuando decidió hacerlo. Le habló al Señor con la misma honestidad y franqueza con la que había hablado conmigo.

A menudo, me he preguntado qué sucedió en el proceso de regeneración que hubo en él, pero he concluido que hubo cinco factores: (1) Él estaba hastiado con lo que era. (2) Él quería ser diferente y de verdad lo deseaba. (3) No expresó una cantidad de dudas y preguntas religiosas, solo creyó. (4) Tomó su fé directamente de la Biblia, y esto a pesar de tener una educación de muy alto nivel y el reblandecimiento en su vida debido a un trasfondo de iglesia decadente y sofisticada. (5) Fue tras su fe en Dios con todo lo que tenía y obtuvo su perdón. Y también empezó a obtener lo que deseaba justo en ese momento, aunque tenía por delante un largo proceso de desarrollo.

“¡Dios!, me siento mejor”, dijo al ponerse de pie.

“Ya debió haber recibido algo de salvación”, le dije, “porque hace media hora usted no estaba diciendo ‘Dios’”.

“Extraño”, continuó él, “pero ese sentimiento reprimido casi que se ha ido. De hecho, me siento en paz y como feliz”. Tenía una mirada que me impresionó. ¿Lo había tocado Dios? Esa era la única explicación posible. Desde luego, él no cambió de lo peor a lo mejor en esta conversación. Todavía había mucho trabajo espiritual por hacer en él, pero había tomado el turno, e incluso ese pequeño comienzo le trajo alivio y cambio.

Tiempo después, aquel hombre pudo trabajar con nueva energía y vitalidad. ¿Y por qué no? Las actitudes dañinas que antes le habían drenado energía, poco a poco, estaban comenzando a verse superadas. Su mente funcionaba mejor y, como él lo dijo cuando lo vi unos meses después: “A mi mente están llegando tantas ideas, que no alcanzo a mantener el ritmo”.

Por cierto tiempo, estuve observando cómo este hombre desarrollaba fuerza. Cobró vida a nivel espiritual, mental y físico. Debió experimentar un “nuevo nacimiento” porque, de hecho, había sido lanzado a un nuevo mundo. La nueva vida le dio energía. Las circunstancias ya no lo desaniman como solía suceder antes de aquella mañana cuando nos conocimos en el restaurante de un hotel. Ahora, sí tiene lo que se necesita y toma las cosas tan bien, que está progresando en asuntos personales. Este hombre se organizó al reactivarse en torno a él la dinámica centralidad de Dios. Eso lo hizo fuerte, con nuevas competencias para manejarse como persona y hacerles frente a sus problemas.

De hecho, el ser fuerte y tener lo que se necesita suele ser cuestión de cultivar tu personalidad a un nivel espiritual profundo. La renovación dramática y extrema a la que acabo de referirme no es necesaria en la mayoría de las personas. En esencia, solo basta con creer que se puede. Y se puede si se persevera en esta certeza. Si la vida está siendo demasiado dura para ti, es mejor que tengas una verdadera sesión de honestidad contigo mismo y te preguntes dónde está el problema. Quizá tú mismo te estás complicando. La tendencia es a culpar a otros o a las condiciones sociales o a aquellas fuerzas que no sabes cómo controlar. Pero la realidad es que tu problema no está más allá de lo que puedes controlar; la solución está dentro de ti. Emerson afirmó: “Dentro del hombre siempre hay razón para su buena o mala fortuna”. Considera con atención lo que él dijo.

Al hacer un análisis final, el fracaso se puede rastrear hasta encontrar la presencia de elementos de fallas en la personalidad, a los cuales se les ha permitido dominar los patrones de pensamiento. Estos elementos de fallas conspiran para crear inconscientemente la creencia de que tienes la capacidad para triunfar. Y, como se ha indicado antes, todo ser humano tiende a ser lo que su imagen mental ha creado de sí mismo como persona.

¿La solución? Invierte la imagen mental. Desde luego, lograrlo requerirá una considerable reeducación de ti mismo y no será fácil. Tener logros creativos nunca es fácil. Pero tampoco es imposible. De hecho, aunque es difícil, el proceso es bastante simple en su operación. Comienza con entender que debes corregir tu manera de pensar. Será difícil al comienzo, porque los hábitos mentales han creado profundos canales en tu consciencia y la tendencia negativa protestará contra esa fuerte reorientación mental positiva. Pero si te sientes débil y derrotado, en gran parte es por el hecho de que tu mente te ha mentado por años en cuanto a tus habilidades reales, tratando de hacer que fracasases. Así que debes resistir a tu mente. Personaliza tu mente y dile con firmeza: “Tengo un poderoso pensamiento nuevo, un pensamiento de fe vital y mi intención es alcanzar el éxito y la felicidad con él, así que tú, ese ‘viejo patrón de negatividad y derrota’, ¡ya no me vas a controlar más!”. Nunca dejes que tu mente te controle. Contrólala tú siempre. Y con la ayuda de Dios puedes hacerlo. Tú eres capaz de dominarla si tienes la fuerte voluntad de hacerlo, y a esa voluntad súmale la fuerza motivadora más dinámica que tiene la confianza positiva.

Antes, a los jóvenes se les enseñaba esta fuerte filosofía en las escuelas de los Estados Unidos, al igual que en los hogares y en las iglesias. Ese tipo de enseñanza directa desarrolló una excelente generación de hombres y mujeres en este país, pero luego fue abandonada a nivel general y en su lugar se instaló una suavidad deteriorante. Si me lo preguntas, considero que ese fue un crimen contra la naturaleza humana. Y digo eso sin que me lo pregunten.

Los recuerdos me llevan a la vieja Escuela Williams Avenue en Norwood, Ohio, un suburbio de Cincinnati. George Reeves fue mi maestro de quinto grado, un hombre gigantesco de 240 libras. Todavía recuerdo sus fuertes palmadas sobre la parte trasera de mis pantalones. Para él, la corrección manual era muy provechosa para el estudiante y aportaba al principal propósito de la educación, que, según él, era formar hombres. Y al parecer, esos castigos

funcionaron, porque muchos años después, en la columna de un periódico, escribí acerca del Sr. Reeves y sobre cómo me había reprendido. En respuesta, recibí muchísimas cartas provenientes de todas partes del país, de quienes estudiaron con él, jactándose de también haber recibido castigos por parte de este maestro de gran tamaño.

Él fue todo un personaje y dejaba una impresión duradera en las mentes y también en el cuerpo. Uno de sus métodos que recuerdo era que, de repente, en medio de una clase, explotaba diciendo “¡silencio!” Y cuando él daba la orden, puedo asegurar que el silencio reinaba. Luego, miraba hacia el tablero y escribía en letras grandes las palabras “NO PUEDO”. Luego, daba la vuelta para mirarnos.

Entonces, sabíamos qué hacer. Al unísono decíamos: “¡Quite el NO!”. Con un rápido movimiento, borraba el NO, dejando que la gran palabra PUEDO permaneciera inolvidable.

“Que esto sea una lección para ustedes”, decía. “Dejen de quejarse diciendo que no pueden. Recuerden quiénes son. Son hijos de Dios. Son estadounidenses. Con la ayuda de Dios es posible superar cualquier dificultad”. Luego, añadía esa frase que nunca he olvidado, ni nunca he querido olvidar. “Tú puedes, si crees que puedes”.

Así que es tan simple como eso. Quitas el NO de NO PUEDO y desarrollarás lo que se necesita para enfrentar todo. Así es como están hechos los optimistas empedernidos.

No anules estas sugerencias diciendo que ya no eres un estudiante de quinto grado, ni de universidad, ni tampoco alguien joven. Nunca se es demasiado viejo para reeducar tu mente pasando de la desconfianza y la inseguridad a creer y a tener seguridad.

En una ocasión, recibí la carta de un hombre de 93 años. Decía: “Durante 93 años, he tenido complejo de inferioridad”. Si

esto es cierto, es el complejo de inferioridad más largo que me haya llamado la atención. “Y ese complejo me hizo sentir miserable todos esos 93 años”, proseguía. “Pero un amigo me dio su libro, *El poder del pensamiento positivo*. Lo leí, creí lo que decía y puse en práctica sus sugerencias. Y ahora escribo para informarle la buena noticia de que, después de 93 años, ya no tengo complejo de inferioridad”.

Y al parecer así fue, sin duda, porque su frase final sí revela un profundo pensamiento positivo:

“El futuro se ve bien”, declaró.

Otro factor importante en tener la fuerza suficiente para enfrentar la vida es, ante todas las dificultades, ver las posibilidades presentes. Y, desde luego, las posibilidades son inherentes a todas las situaciones difíciles y que parecen inoportunas, aunque a veces, para estar seguras, se ocultan bien. A la mente derrotada se le dificulta obtener éxito a partir del fracaso, porque no es capaz de percibir las posibilidades en medio de situaciones difíciles. E incluso, si esa mente puede ver alguna vaga posibilidad de oportunidad, no tiene lo que se necesita para hacerla realidad.

Pero las personas fuertes tienen una mente que no se nubla ante las sombrías penumbras. Ellas conocen el puntaje. Entienden muy bien los obstáculos y las resistencias inherentes a determinado problema. Pero la cualidad que las diferencia de las personas derrotadas es su habilidad de ver siempre un rayo de luz en cualquier oscuridad, no importa cuán negra sea.

Hace poco, recordé a este tipo de personas cuando mi esposa y yo visitamos a nuestra hija Elizabeth, que está estudiando en la Universidad Mt. Holyoke. Al recorrer el campus, llegamos a un reloj solar en donde estaba escrita esta provocadora inscripción: “Para una visión más grande del final de la sombra, está la línea de luz”.

¿Qué significa eso? Bueno, cuando partí de Nueva York en un avión Boeing 707 hacia París, era casi la media noche en mi ciudad y las 5:00 de la mañana en París. Era una noche oscura y sin luna, y nos elevamos a 33.000 pies. Todo estaba oscuro, pero no fue así por mucho tiempo. Al mirar al Este a esa gran altura, una muy delgada, casi infinitesimal línea de luz apareció a lo lejos, en el horizonte, donde la sombra terminaba. Poco tiempo después, y 500 millas más allá, bajo el radiante amanecer, los cielos resplandecieron en toda su gloria.

Las personas fuertes tienen esa visión “más grande” y, por lo tanto, pueden ver la línea de luz al final de la sombra. Y tampoco se dan por vencidas. Una de las cosas más simples respecto a todos los factores de la vida es que, para llegar a donde quieres ir, debes seguir avanzando.

Estábamos conversando en un grupo cuando la conversación se dirigió hacia un hombre que hacía un trabajo inusual bajo oposición y, desde luego, era el objeto de críticas alimentadas por los celos. Él tenía una fe firme en su trabajo y en sí mismo, y también llegué a saber que en Dios. Alguien cuestionó si él podría soportar toda esa “presión”. Un hombre respondió: “No se preocupe por él. Él está bien, nunca deja de luchar”.

Aquel hombre salió con éxito de la dificultad solo porque tenía una personalidad indomable, obstinada, determinada y muy decidida. No puedes evitar que te agrade alguien que no deja de luchar y se abre camino, sin importar nada, a pesar de lo que otros digan, hagan o deje de hacer, porque él siempre sabe que está haciendo lo correcto, tiene su consciencia clara y objetivos que valen la pena. Esto es optimismo empedernido en acción.

Es maravilloso ver que no necesitas ser débil, que puedes ser fuerte, que eres capaz de resistir la vida, que tú también sabes cómo enfrentarla sin doblarte, ni ser derrotado.

¿Cómo ser así? ¿Cómo desarrollar esta cualidad de tener lo que se necesita? Desarrollando la fe en que Dios no es solo una idea teórica, sino que en realidad es cercano y siempre te está ayudando. Ora, piensa y practica esta confianza hasta que tengas toda la certeza de que, en realidad, Dios está contigo. Luego, sabrás que cuando tengas que enfrentar algo difícil, no tienes que hacerlo solo. Dios te va a ver en medio de todo y estará a tu lado para ayudarte.

En una ocasión, alguien me pidió que llamara a un hombre que se encontraba en el hospital. Y sin esperarlo, tuve una experiencia inspiradora. Aquel hombre, un líder de negocios de otra ciudad, se encontraba muy enfermo. Sus amigos no sabían si él tenía completa claridad de su condición.

“Una noche, escuché su charla en una conferencia”, dijo. “Usted presentó cosas muy buenas. ¿Por qué vino a verme? Tan ocupado como vive, no tiene tiempo para perder con un viejo inválido tendido, olvidado en el armario.

Usted sabe lo que tengo ¿verdad?”, preguntó sin dar rodeos. “Tengo cáncer de páncreas y mis probabilidades de vivir son de una en mil”.

Al parecer, quería hablar y prosiguió diciendo: “Nunca he sido demasiado religioso, pero no creo que haya sido muy malo. De todas formas, nunca pretendí serlo”, dijo, hablando con claridad. “Pero he estado pensando y todo lo he aclarado con Dios. Me criaron para creer en Dios y, de hecho, creo 100% en Él. Mis compañeros de trabajo me han estado escribiendo desde que me enfermé y verá, me resulta chistoso lo que algunos dicen. Cuando fueron mis socios de negocios, nunca mencionaron a Dios y ahora todos están hablando de Dios conmigo y me dicen que, si tengo fe en Dios, Él me acompañará, sin importar lo que suceda. En sus cartas me dicen que con la ayuda de Dios han salido de sus propias dificultades. Me pregunto ¿por qué no hablan más de Dios en su vida cotidiana?

Mi padre y mi madre me enseñaron a poner la fe en Dios. Ahora, tengo una lucha justo delante de mí y lo sé. Pero creo que estoy ganándola. Sin embargo, la pelota rebota. Sea lo que sea que suceda, Dios está conmigo. Puedo enfrentar esa realidad como ser humano; y como cristiano, la creo”.

Me senté mirando a este hombre y, finalmente, le dije: “¿Sabe algo? Nunca lo olvidaré. Solo espero poder demostrar, ante circunstancias similares, la mitad del valor y la fuerza que usted muestra”.

“Así será”, dijo, “porque usted cree en Dios al igual que yo, y si alguna vez llega a estar como yo estoy, puede contar con Él. De hecho, he aprendido que se puede depender del Señor para que nos ayude a enfrentar cualquier cosa”.

Aquel hombre vivió solo cuatro días más después de esa visita, pero si hubiese vivido hasta los 90 años, difícilmente, habría logrado mayor valentía. Ese hombre pasó por un valle que a veces es llamado el valle oscuro; pero ningún valle por el que él pudo haber pasado fue demasiado oscuro, porque a su alrededor había una luz y banderas ondeando. Casi se escuchaba el sonido de las trompetas a su paso hacia el otro lado. Él tenía lo que se necesita.

El principio de pensamiento creativo es muy importante, porque, como Gautama Buddha lo declaró: “La mente lo es todo, te conviertes en lo que piensas”.

Si desde su niñez una persona comenzara a construir un patrón de pensamiento espiritual firme, esto haría que ella fuera casi a prueba de la adversidad y tendría una fortaleza inquebrantable durante toda su vida. Pero en nuestra mente no hemos construido este tipo de mentalidad, e incluso, muy a menudo, nuestra religiosidad ha contribuido a nuestro estado mental negativo.

Como maestro espiritual, he aplicado los principios de control de pensamiento creativo con muchos de mis estudiantes y el porcentaje de éxito al superar debilidades personales ha sido muy alto.

Por ejemplo, una noche, hace más o menos un año, me encontraba volando hacia la Costa Oeste y un hombre se sentó a mi lado durante gran parte del vuelo; no solo estaba sin fuerzas, sino también enfermo a nivel físico, mental y del alma.

Describió en detalle sus síntomas físicos: obesidad, alta presión arterial, dificultad para respirar, estómago nervioso, dificultades hepáticas, dolores en algunas articulaciones. Sin darse cuenta, también se abrió y puso en evidencia una aguda enfermedad mental. A medida que me expresaba sus pensamientos de enfermedad, estos eran un miserable compuesto de resentimiento, odio, celos, pesimismo y lujuria. Estaba viviendo una vida de baja moralidad, por decirlo con suavidad.

Después de entretenerme por un par de horas y mil millas de distancia de recorrido con este putrefacto desorden de pensamientos, de repente me preguntó: “¿Qué d_____ cree usted que anda mal conmigo?”.

“Su referencia al demonio”, respondí, “puede ser más significativa de lo que usted mismo pretende. Usted se encuentra en ese estado quizá porque, de hecho, está como el demonio. En otras palabras, su problema consiste en malos pensamientos, de hecho, pensamientos muy malos. Y por favor, recuerde que los pensamientos malos como los suyos lo pueden enfermar de verdad, porque se exteriorizan como síntomas físicos”.

“Malos pensamientos, ¿usted cree que ese es mi problema?”, musitó, repitiendo lo que le dije. “¿Por qué ningún escritor, maestro o predicador no han explicado con mayor claridad que pensar mal tiene tan malos efectos y lo que se puede hacer al respecto?”.

“Algunos lo hemos intentado”, respondí, “pero olvidemos el pasado y hagamos algo constructivo ahora. Esto es lo que le sugiero, y no piense que no le va a ayudar, porque si lo hará. Mañana, comience a leer los primeros cuatro libros del Nuevo Testamento, Mateo, Marcos, Lucas y Juan. Subraye cada frase que le inculque un pensamiento saludable. Continúe con la lectura y subrayando, sin dejar de hacerlo un solo día.

Y a medida que lea y subraye, comprométase también con cada pasaje seleccionado, memorizándolo para poder repetirlo con facilidad sin tener que leerlo. Repítalos todos una y otra vez, saboreando su melodía y significado, y al mismo tiempo viendo cómo esos pensamientos se arraigan en lo profundo de su mente y cancelan esos viejos y malos pensamientos ya arraigados, los cuales han estado envenenando su consciencia y minando su salud”.

Un ejemplo que le di fue Mateo 6: 22; 23 (Nueva Traducción Viviente): “Tu ojo es una lámpara que da luz a tu cuerpo. Cuando tu ojo es bueno, todo tu cuerpo está lleno de luz; pero cuando tu ojo es malo, todo tu cuerpo está lleno de oscuridad”. “¿Esto qué quiere decir?”, pregunto. Le expliqué que “la forma como ve las cosas, la actitud que asume, la inclinación de su manera de pensar determina si todo su ser va a estar lleno de oscuridad y penumbra o de luz y gozo. La manera en que uno ve o enfrenta la vida es la que hace la diferencia”.

Nunca sabes con certeza a dónde llevan las lecciones que das, pero aquel hombre se veía sensible. Nos dimos la mano en el aeropuerto de la Costa Oeste y él desapareció de mi vista y también de mi memoria. Pero meses después, en el vestíbulo de un hotel en Chicago, un hombre se me acercó. “¿Me recuerda?”, preguntó. Esta suele ser una pregunta difícil cuando te mueves entre tantas reuniones con muchas personas, como es mi caso, pero siempre la respondo con evasivas. “Me parece familiar, pero debo reconocer que no lo conozco”.

“No me sorprende” respondió, “aunque hace un tiempo pasé casi toda una noche con usted. Solo que, en ese entonces, yo era todo un descuidado con exceso de peso, una especie de haragán”.

“Bien, es evidente que esa descripción ya no se ajusta ahora”, dije, mirando con admiración a la persona saludable y bien arreglada que tenía delante de mí.

Luego lo recordé. “¡Ya lo reconozco!”, exclamé. “¡Usted es el hombre de malos pensamientos!”.

“Era, querrá decir, ya no”, dijo sonriendo. “Me decidí a poner en práctica su plan de lectura de la Biblia. Ahora, conozco muchos pasajes de las escrituras y ellos me llenan mi consciencia, como usted dijo. Mi mente está sólida y llena de ellos. Y también han sanado mi mente, no hay duda de eso; además, me siento mejor en todo sentido. De hecho, estoy demasiado saludable, y”, añadió, “he encontrado una fortaleza y vigor que no había sentido en años. He pasado por algunos tiempos difíciles durante el último año. Me han sucedido cosas que me habrían derribado por completo. Pero con la dirección y ayuda del Señor, tengo lo que se necesita para enfrentarlos e incluso más, para hacer algo con esas dificultades”.

El método que resultó ser tan exitoso en este caso también puede obrar maravillas contigo. Pero hay ocasiones en las que se sugiere una terapia más profunda, una sanidad a fondo dentro de la estructura de la personalidad, o, para decirlo en otras palabras, se requiere un cambio fundamental de naturaleza radical. Con el paso de los años, es muy posible construir por dentro un cuerpo de fracaso en forma de conflicto y estrés. Esto se manifiesta a sí mismo en varias reacciones que van sumando al derrotismo. Pero hay una cura.

Permíteme relatarte la curiosa historia de un hombre infeliz cuya sanidad de personalidad es uno de los dramas humanos más extraños que jamás haya conocido.

Este hombre, alguien muy capaz, por años fue víctima de algunos muy evidentes defectos de personalidad. Era demasiado tenso, al punto de tensionar a todos los que lo rodeaban. Era un perfeccionista e insistía en que todo se hiciera exactamente así y de inmediato. Cuando llegaba a su oficina, de manera automática, sus empleados se tensionaban. Si la más mínima cosa salía mal, él explotaba en ira y, según la información que obtuve, casi todo el tiempo estaba airado.

Se puede decir que en casa era más exigente. En la oficina, al menos hacía un débil intento de ser amable, pero en casa no se contenía. Aunque sin duda amaba a su esposa, sin darse cuenta, había hecho que ella fuera el amortiguador de sus irritaciones, algo que era constante. Maldecía, gritaba y llegaba al punto de tomar cualquier cosa que estuviera a su alcance y la lanzaba por los aires. Luego, caía en una profunda y oscura depresión y permanecía así por horas e incluso días.

Año tras año, su esposa soportó pacientemente ese comportamiento. Ella era devota a su esposo y, sin duda, para ella él era un gran hombre; su trabajo en la vida era hacer todo lo posible para facilitarle a él todas las cosas; así era como ella pensaba. Oraba por fortaleza para soportar sus arrebatos de ira y la recibía, pero, poco a poco, la constante presión comenzó a drenar su energía y cada vez era más difícil soportarlo.

Entonces, una buena tarde, como dice el dicho, los papeles cambiaron. El hombre había estado enfurecido ventilando una de sus diatribas cuando, de repente, su esposa lo miró con una furia que hervía. Con los ojos encendidos, y caminando hacia él mientras hablaba, ella comenzó a decirle sin maquillar todos los aspectos de cómo ella y los demás lo veían a él y a su personalidad. Cuando él trató de interponerse, ella le dijo secamente: “¡Quédate quieto y escucha! He soportado tus diatribas por años y ya es hora de que escuches, y créeme, me vas a escuchar”.

Estando ahí sentado sin poder hacer nada ante el devastador retrato que ella describía de él, este hombre tuvo de repente una extraña experiencia. La voz de su esposa pareció desvanecerse. Fue como si estuviera solo mirando un arroyo con una corriente suave y lenta. De alguna forma, se dio cuenta que estaba viendo el arroyo de su personalidad. Era como un río que fluía lentamente y en el centro de la corriente un objeto grande, duro, oscuro, de aspecto áspero, se balanceaba de arriba hacia abajo. Él lo reconoció como un gran bulto de pecado, su pecado; un compuesto de todos los factores problemáticos en lo profundo de su ser: culpa, odio, tensión sin control.

Sin duda, esa experiencia fue una clara visión hacia el problema básico de muchas personas. ¿Tenemos pecados, debilidades y males diferentes? ¿O son manifestaciones de un pecado, debilidad o maldad central? Quizá sean como manifestaciones de un gran pecado, duro y abultado, escondido e incrustado en la consciencia, del cual surgen las debilidades perceptibles en cada persona. Bien podría ser que el pecado sea indivisible y que, en esencia, no tengamos pecados, sino pecado. Desglosa y drena ese pecado central y tendrás un cambio en cuanto a tu manera de ser.

Tan repentina como vino, esa extraña visión pasó, y ahí, delante de él, estaba su esposa todavía hablando. De repente, sintió mucha ternura hacia ella y lamentó todos los malos momentos que le había hecho pasar. Al percibir que algo inusual le había pasado a su esposo, ella lo miró con extrañeza, dejó de hablar y se sentó en una silla, estaba exhausta.

En ese momento, él supo que debía cambiar. Temía que si no hacía algo rápido con ese bulto duro en el arroyo de su consciencia, su personalidad se sobrepondría y él seguiría siendo como había sido siempre. Entendió que solo Dios podía cambiarlo, porque sabía muy bien que él no podía cambiar nada en él por sí solo. Luego, le dijo a su esposa lo que había visto y juntos oraron intensamente a Dios implorándole que lo ayudara.

Al relatar su experiencia, él hizo énfasis en la intensidad de su petición, explicando que nunca antes había apelado a Dios con “todo lo que tenía”, como lo hizo aquel día. “De repente sentí que en mi mente hubo una explosión de fe. En ese instante creí. No tiene idea del sentimiento de alivio que me sobrecogió”.

No hubo ninguna transformación dramática inmediata, pero era obvio que él no era el mismo hombre y el cambio se fue dando de manera constante. Se volvió más callado, menos intenso, incluso calmado y, sin duda, más controlado. Pudo lograr grandes mejoras en su manera de pensar y actuar. Su cambio indica que el bulto duro se había deshecho y la corriente se lo había llevado. Y sin duda, así debió ser, porque su esposa, quien lo conocía bien, dice con una mirada de asombro en sus ojos: “Ahora, mi esposo es muy diferente”.

Los resultados prácticos han sido definitivos. Él habla de una nueva y abrumadora sensación de fortaleza y poder. “La horrible presión que solía acumularse en mi interior ya no está y me siento mucho más aliviado. ¿Por qué nadie me habló de este poder antes de destrozarme tanto mi vida? Bueno, de todas formas, gracias a Dios, ahora lo conozco”.

Tú sí puedes desarrollar fortaleza y tener lo que se necesita para tomarla. Tú también puedes llegar a ser un optimista empedernido.

Resumen de

Procura tener lo que se necesita

1. Para vivir en este mundo tienes que ser fuerte, no hay alternativa. Así que comienza a desarrollar fortaleza interior o fuerza tensora en tu mente y en tu espíritu.
2. Cuando la marcha se haga difícil, deja que la dificultad se marche, tú eres fuerte.
3. No dejes de insistir en tener claro en tu mente el gran hecho de que Dios puso una fortaleza potencial en tu naturaleza. Al afirmarla y practicarla, esta fortaleza básica se endurecerá, así como pasa con los músculos.
4. Madura a nivel espiritual, porque la verdadera fortaleza no es agresividad. Es más bien una reacción con un poder similar a Dios en el que la fortaleza y la amabilidad, como las de Cristo, son un factor importante.
5. Invierte la imagen mental que tienes de ti mismo como alguien débil y ten una imagen clara en la que te haces fuerte. Luego, aférrate con firmeza a ese concepto de forma consciente hasta que haga parte de ti.
6. Practica hasta que domines aquel poderoso pensamiento creativo de que “tú puedes si crees que puedes”. Luego, sigue practicándolo hasta interiorizarlo y hacerlo una parte de tu forma de ser y de pensar.
7. Conviértete en un posibilitador. No importa cuán oscuras se vean las cosas o cómo sean en realidad, levanta tus ojos y mira las posibilidades, míralas siempre, porque siempre están disponibles.

8. Ten la certeza de que, con la ayuda de Dios, puedes tomar lo que tienes para enfrentar toda situación de la manera más valerosa posible.
9. Recuerda: te conviertes en lo que piensas, bueno o malo, débil o fuerte, derrotado o victorioso.

Optimista por excelencia

Consejos prácticos sobre cómo lograr la fortaleza interior necesaria para vivir feliz en medio de las dificultades del mundo actual

"Si quieres vivir en este mundo difícil, conservando la fe y el optimismo, este libro es para ti". —*Norman Vincent Peale*

Muchos de los males del mundo moderno tienden a debilitarnos sin que ni siquiera nos demos cuenta. Con tanta violencia, dolor y destrucción sin sentido, necesitamos de toda nuestra fuerza interior para superar el cinismo y el estrés de nuestra sociedad actual y así mantener intacta nuestra esperanza en el futuro. Con la guía cuidadosa del Dr. Peale, lograrás una actitud que te acerque a la felicidad aprendiendo a:

- ◆ Conquistar tus miedos
- ◆ Liberarte de sentimientos de culpabilidad
- ◆ Vivir bien y prosperar a nivel personal y profesional
- ◆ Ser físicamente saludable y de forma natural
- ◆ Mantener el entusiasmo incluso en circunstancias difíciles
- ◆ Abordar los problemas con confianza y creatividad
- ◆ Aprovechar el poder de la oración



El Dr. Norman Vincent Peale (1898-1993) fue ministro del evangelio y autor del *bestseller* *The Power of Positive Thinking*. Es el creador de la teoría del "pensamiento positivo". Peale nació en Bowersville, Ohio. Se graduó en Ohio Wesleyan University y en la Escuela de Teología de la Universidad de Boston. A la edad de 34 años, aceptó el llamado como pastor en Marble Collegiate Church, de Nueva York, donde permaneció por 52 años como uno de los más famosos predicadores de la ciudad. Cuando él llegó a pastorear aquella iglesia, había 600 feligreses. Y en 1984, al momento de su retiro, la comunidad había aumentado a más de 5.000 creyentes. Los turistas hacían filas interminables a los alrededores de la iglesia para oírlo predicar desde afuera. A sus 90 años, Norman Vincent Peale todavía les daba conferencias de motivación a casi 100 grupos al año.

ISBN-13: 978-16073



9 781607 384885